

LA PRÁCTICA DEPORTIVA FÚTBOL SALA COMO INSTRUMENTO PARA FOMENTAR LA INCLUSIÓN, EL TRABAJO EN EQUIPO, EL RESPETO Y LA UNIÓN EN LOS JÓVENES DEL COLEGIO ESTANISLAO ZULETA, ÚSME.

Laura Carolina Murcia Sastoque

Docente: Julio Cesar Rueda Cantor

Universidad Santo Tomás Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Opción de Grado: Proyecto Aplicado a la Pasantía Social

Aclaraciones

Línea de investigación: Innovación en estudios sociales del deporte y la salud

Grupo de investigación: Cuerpo, Sujeto y Educación

Resumen

Este proyecto busca fomentar la inclusión, el trabajo en equipo, el respeto y unión, a través de un programa recreo-deportivo, generando nuevas oportunidades a esta población estudiantil y brindando un espacio libre, donde pueden trabajar la creatividad, y desarrollar sus capacidades físicas activamente.

En la actualidad la comunidad de Usme es un lugar de mayor vulnerabilidad ya que la mayoría de niños no cuenta con las posibilidades de poder terminar la etapa escolar completamente, algunos desisten ya que se presentan problemas externos y prefieren hacer otras actividades y esto implica dejar el colegio y con el centro de proyección se busca integrar y formar sujetos con valores y principios, que puedan aportar de manera significativa y positiva a la comunidad, esto se hace por medio del deporte, generando nuevas estrategias y dando paso a conocer diferentes talentos y cómo con esto se logra un cambio en esta población a trabajar.

Por medio del deporte, en este caso Fútbol Sala, se quiere lograr la inclusión, el respeto, el trabajo en equipo, la unión y generar nuevas oportunidades y lograr un espacio libre y de recreación para los jóvenes de grado sexto y séptimo del colegio Estanislao Zuleta IED.

Palabras clave: Trabajo en equipo, jóvenes, actividades recreo- deportivas, respeto, unión, Fútbol Sala, inclusión.

Abstract: This project seeks to promote inclusion, teamwork, respect and union, through a sports recreation program, generating new opportunities for this student population and providing a free space where they can work on their creativity and actively develop their physical abilities.

Currently the community of Usme is a place of greater vulnerability since most children do not have the possibility of being able to finish school completely, some give up

because they have external problems and prefer to do other activities and this means leaving school and with the projection center seeks to integrate and form subjects with values and principles, which can contribute significantly and positively to the community, this is done through sport, generating new strategies and giving way to meet different talents and how this is achieved with a change in this population to work.

Through sport, in this case Indoor Soccer, we want to achieve inclusion, respect, teamwork, union and generate new opportunities and achieve a free and recreational space for young people in sixth and seventh grade of the school Estanislao Zuleta IED.

Key Words: Teamwork, youth, recreational sports activities, respect, union, futsal, inclusion.

Introducción

Los centros de proyección social junto con la Universidad Santo Tomás generan espacios de aprendizaje, disfrute y unión en las poblaciones más vulnerables, en este caso se encuentran cinco centros de proyección en la ciudad de Bogotá, cada lugar maneja diferentes metodologías y enseñanzas con sus respectivas poblaciones. En este caso, se habla particularmente de la localidad de Usme, siendo un espacio con falta de empleo, intolerancia, violaciones, escasez de educación e insuficiencia de recursos de primera necesidad; muchos de los jóvenes optan por abandonar sus estudios a temprana edad por tomar obligaciones que no les corresponden simplemente por la ausencia de oportunidades que se van presentando a diario.

Estos proyectos, los cuales involucran el deporte, dan paso a generar nuevos pensamientos y a desarrollar capacidades y/o habilidades para que puedan seguir un camino como profesionales; muchos de estos jóvenes al ingresar a los centros de proyección, generan un cambio positivo en sus vidas, cambian su manera de pensar y de actuar frente a muchas situaciones que se van presentando.

Por lo tanto, la Universidad Santo Tomás, junto de la mano de los centros de proyección social y los estudiantes de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, generan oportunidades de cambio, de esperanza y de incentivar a los jóvenes por medio de la práctica deportiva, fortaleciendo en ellos el trabajo en equipo, el respeto, la unión, la igualdad de género y sobre todo el saber escuchar, crear, innovar y participar. Frente al Colegio Estanislao Zuleta, ubicado en la localidad de Usme, sus múltiples beneficios ayudan a crear actividades que permitan el desarrollo oportuno de las prácticas deportivas, generando espacios agradables, de participación activa y una buena comunicación docente-estudiante.

Planteamiento del problema

El colegio Estanislao Zuleta, perteneciente a la localidad de Usme, Alfonso López, está expuesto a varias problemáticas, una de ellas es el respeto entre estudiantes, por lo general se evidencia un lenguaje incorrecto, expresiones y gestos inadecuados, lo cual genera tensión entre los estudiantes. Otro de los puntos importantes y una secuela que dejó la pandemia (Covid-19) fue la falta de comunicación entre compañeros, el poder expresarse sin ser juzgado por los demás, los jóvenes hoy en día prefieren callar las múltiples ideas que tiene por miedo al qué dirán, ser un motivo de burla entre sus compañeros, pero con el deporte se quieren buscar estrategias para generar un cambio positivo, mejorar estos ítems para tener una sana convivencia. Por otro lado, la poca tolerancia que se tiene frente a las diferentes situaciones que se presentan, cada estudiante cree tener la razón en todo y no se pone en la tarea de escuchar al grupo y entre todos poder encontrar soluciones que beneficien el desarrollo de aprendizaje.

Por otro lado, el deporte desempeña un papel importante como promotor de la integración social y el desarrollo económico en diferentes contextos geográficos, culturales y

políticos. Es una herramienta poderosa para fortalecer los lazos y relaciones sociales, y para promover los ideales de paz, fraternidad, solidaridad, tolerancia y justicia (Torrego, 2006).

Para Sandoval, (2019) la práctica deportiva como el fútbol y tener una actividad física, se convierte en un agente formativo, es decir que el deporte es una herramienta para la formación, desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas de una persona y para el manejo adecuado de sí mismo en su entorno, permitiendo la interacción de los aspectos sociales, emocionales y físicos del bienestar humano.

Justificación

La implementación de programas extraescolares favorecen de manera óptima el desarrollo y aprendizaje de los estudiantes en el ámbito deportivo y donde se ven involucrados los diferentes ítems a trabajar los cuales son: unión, trabajo en equipo, respeto e inclusión, como es en el caso con los estudiantes de los grados sexto, séptimo y octavo del colegio Estanislao Zuleta.

Los escenarios deportivos y de esparcimiento extraescolar no se encuentran presentes en la formación académica, es decir que los jóvenes optan por realizar otras actividades fuera del colegio que en algunas ocasiones no son pertinentes y que los padres de familia han manifestado en la institución, ya que la mayoría trabajan, no logran tener un control sobre sus hijos y no tener certeza de que están realizando luego de terminar su jornada escolar.

Escuchando las problemáticas dadas por los docentes y por los mismos estudiantes, se dio inicio a un programa deportivo en el cual prevaleció en mayoría de votos el Fútbol Sala, se abrió este espacio para los alumnos más responsables en el ambiente escolar y generar un premio por su excelencia.

La práctica recreo- deportiva basada en el Fútbol Sala, busca un esparcimiento para mejorar los valores de cada escolar, cambiar su calidad de vida y fomentar un mejor trato frente a sus compañeros, ya que se evidencia que los jóvenes manejan un vocabulario no

adecuado, se refieren a los demás con gestos que no corresponden y se fomenta el bullying entre ellos mismos.

También, los profesionales en formación en Cultura Física, Deporte y Recreación se ven beneficiados por la ejecución de este tipo de iniciativas, esto se debe a la versatilidad que se adquiere sobre la construcción de procesos de enseñanza-aprendizaje al intervenir poblaciones vulnerables y/o en espacios con dotaciones limitadas (Forero, 2021).

La intervención deportiva en los estudiantes del colegio Estanislao Zuleta busca mejorar sus habilidades y capacidades coordinativas, sin dejar a un lado la proyección social que es restablecer su convivencia y crear un espacio donde ellos puedan participar, crear, innovar y experimentar, dando paso a las miles de oportunidades que genera el deporte y su crecimiento como persona tanto individual como grupalmente (Lievano, 2021).

El deporte influye directamente en el desarrollo físico y motor de quien lo practica, pero además genera beneficios relacionados con el ámbito social, repercutiendo en la adaptación de las personas a su entorno, generando una población saludable y activa, y potenciando los valores de responsabilidad personal y colectiva en el desarrollo social, a través de distintos deportes y juegos pre-deportivos (Pérez, 2017).

Por esto, es importante desarrollar un programa de intervención, que permita un espacio donde los jóvenes puedan poner en práctica su creatividad, mejorar su calidad de vida y compartir con los demás compañeros, esto generando un beneficio y un trabajo colectivo para trabajar los valores ya mencionados. Se busca cambiar la manera de pensar y actuar; y fomentar que todos los estudiantes pertenecientes al grupo de proyección social del colegio Estanislao Zuleta sea más equitativo y respetuoso frente a sus compañeros y que el respeto es la mejor base de la educación y es crucial para garantizar los valores como la diversidad y la tolerancia.

Objetivo General

Promover espacios de inclusión, trabajo en equipo, respeto y unión en los jóvenes de los grados sexto, séptimo y octavo del colegio Estanislao Zuleta, por medio del deporte Fútbol Sala.

Objetivos Específicos

- Identificar las problemáticas de los estudiantes de sexto, séptimo y octavo del colegio Estanislao Zuleta, Usme.
- Fomentar por medio del deporte el trabajo en grupo, el respeto y la sana convivencia.
- Implementar el deporte (Fútbol Sala) como medio para la disminución de las problemáticas sociales de los estudiantes de sexto, séptimo y octavo del colegio Estanislao Zuleta, Usme.

Marco conceptual

En los jóvenes es fundamental iniciar con la práctica deportiva, ya que no solamente genera cambios en su estilo de vida, sino que también les enseña a ser personas, los forman y forjan su carácter. Por medio del deporte se pueden lograr cosas increíbles, que generan cambios positivos en los jóvenes, los cuales pueden perder el interés por factores externos que no les permite estar enfocados y buscar estrategias para alcanzar sus objetivos.

Por medio de la práctica que se está desarrollando en el Colegio Estanislao Zuleta es importante resaltar el interés y el comportamiento que se ha venido presentando en todas las sesiones realizadas, los estudiantes son creativos y siempre están en pro de ayudar y hacer que los entrenamientos sean divertidos, óptimos y que les permita una enseñanza. Se trabaja la parte física y la parte social, donde no se desvía ni un segundo del objetivo de las intervenciones que es promover espacios de inclusión, respeto y sana convivencia en los estudiantes de grado sexto, séptimo y octavo del colegio Estanislao Zuleta IED, a través del deporte. Se ha mejorado de manera significativa la participación y el respeto entre los

mismos estudiantes y resaltar que entre ellos fomentar mucho la inclusión sin importar sexo, creencia, raza y orientación.

Se ha realizado test de personalidad para saber si los estudiantes pueden trabajar en equipo, como estarían dispuestos a desarrollar los diferentes problemas que se presenten y cómo esto les ayuda a mejorar su convivencia tanto grupal como individualmente. Por otro lado también se aplicó el test index for el cual evalúa los diferentes criterios que se tienen frente a la inclusión, este ha sido un test modificado para que se pueda ajustar a cualquier estudiante y se pueda obtener información de cómo es su comportamiento frente a los demás estudiantes.

Es importante resaltar que todas las intervenciones se están llevando a cabo por medio del deporte, el cual está enfocado en el fútbol sala, este es un deporte de colaboración-oposición, donde participan dos equipos compuestos por cinco personas, de las cuales, una ocupa la posición de portero/a. Se juega en una superficie rectangular de 40x20 metros, con una duración de 2 tiempos de 20 minutos a reloj parado. En el fútbol sala trabajar en equipo supone que existe un objetivo común y que cada uno de los miembros del equipo realiza su tarea de manera que el resultado final es mucho más que la simple suma de las diferentes tareas individuales. Al trabajar en equipo se crean sinergias que favorecen la consecución de ese objetivo común. (Sancho, 2018).

En cuanto a los valores a trabajar en el centro de proyección de Usme en el colegio Estanislao Zuleta, es principalmente fortalecer el trabajo en equipo donde se busca que los estudiantes desarrollen actividades en grupo y de manera cooperativa; unión para fortalecer, formar y concientizar sobre el bien ajeno y la inclusión para integrar a todos los alumnos. Estos valores no están muy marcados y es muy poco lo que se trabaja dentro de la institución, entonces por medio del deporte Fútbol Sala se fomentan cambios positivo entre los estudiantes, se generan actividades que impliquen esos tres valores y así se trabaja de manera

consecutiva y buscando un cambio positivo y que los ayude a formar como personas. Esta práctica deportiva contribuye al mejoramiento de los procesos cognitivos, de socialización, de salud, e inclusive, sobre el rendimiento académico. (Ramírez, 2004).

Metodología

En el marco de la opción de grado de la Pasantía Social 2022-1 se realizó un programa de intervención a 20 jóvenes pertenecientes al colegio Estanislao Zuleta de la Localidad de Usme - Alfonso López; en esta comunidad se utilizaron instrumentos de medición, como los test, para medir sus capacidades de trabajo en equipo, la inclusión que se tiene frente a los demás compañeros y también test físicos, en especial para trabajar la capacidad coordinativa.

Antes de iniciar las intervenciones, se realizó una selección de estudiantes de los grados sexto, séptimo y octavo para que hicieran parte del programa, esta decisión la tomó el docente de Ed. Física de la jornada de la mañana, el cual escogió los alumnos con mejor rendimiento académico y que tuviera intereses por el deporte, se abrió cupo a 20 estudiantes y en la semana número dos ya los cupos estaban llenos.

Respecto a los procedimientos llevados a cabo para la realización de la pasantía social, cada lunes y miércoles de 1:15pm a 3:00pm, se hacían intervenciones enfocadas en el trabajo colectivo, individual, actividades donde se viera reflejada la inclusión, el respeto, la unión, la tolerancia y lograr darle solución a los problemas que se les presentaba durante cada sesión, cabe resaltar que siempre de la mano con el deporte que en este caso era el fútbol sala, por ende cada actividad era respetando los planes realizados antes de cada intervención y no desviando la pasantía social que está enfocada en el ámbito recreo - deportivo.

Por otro lado, la metodología que se aplicó en los diferentes encuentros con los estudiantes del colegio Estanislao Zuleta fue el aprendizaje cooperativo, donde se resaltó la cohesión del grupo, formación de equipos: tipos, distribuir roles, normas, aplicación de

estructuras cooperativas y evaluación de la cooperación, formar y fomentar la idea de ser más fuertes juntos. Así se podría resumir de forma sencilla el aprendizaje cooperativo, una metodología que aplican los docentes para agrupar a los estudiantes y, así, impactar en el aprendizaje de una manera positiva. Según Johnson, Johnson y Holubec (200). Afirman que los defensores de este modelo teorizan que trabajar en grupo mejora la atención, la implicación y la adquisición de conocimientos por parte de los alumnos.

El programa está compuesto por dos partes: la primera es desarrollar la parte social y grupal de los estudiantes, forman seres humanos íntegros, que logren aportar de manera significativa en el proceso tanto grupal como individual, la segunda parte era lograr una práctica deportiva, de esparcimiento que les permitiera mejorar sus capacidades físicas y poder mostrar sus diferentes habilidades en el fútbol sala, es un programa nuevo para los estudiantes del colegio Estanislao Zuleta, por ende los llenó de emoción, fomentando el interés por el deporte y por lograr socializar y mantener una sana convivencia con sus compañeros.

Por su parte, para la ejecución del diagnóstico de los jóvenes, se utilizaron una serie de pruebas que permitieron evaluar el índice de inclusión en los alumnos y permite conocer como un conjunto de procesos son orientados a eliminar o minimizar las barreras que limitan el aprendizaje y la participación de todo el alumnado en las actividades a realizar.

Resultados

Los resultados obtenidos durante el proceso y acompañamiento con los estudiantes del colegio Estanislao Zuleta, ubicado en la localidad de Usme, Alfonso López, estuvieron enfocados en el test index y en su metodología para la inclusión, el desarrollo del juego, el aprendizaje y la participación en la etapa escolar. Se tuvieron en cuenta tres ítems importantes para la realización y aplicación del test (figura 1).

Figura 1

<i>Planificación</i>
Dimensión A Creación 1. Construir comunidad y establecer valores inclusivos
Dimensión B creación de políticas inclusivas por medio del deporte y la sana convivencia
Dimensión C Organizar el juego y el aprendizaje

Cada dimensión se divide en dos secciones que permiten centrar y mejor la atención en lo que se debe hacer para aumentar la participación en las actividades. En referencia al test index se puede realizar modificaciones de las preguntas según las necesidades que se identifiquen con la población a trabajar, se tomó como base el test pero las preguntas que se realizaron y se aplicaron a los estudiantes fueron netamente creadas por la practicante, viendo el desarrollo de las sesiones, sin dejar a un lado la metodología original del test. En este caso, el problema que se evidencio durante la primera semana de observación fue la falta de inclusión entre los mismos estudiantes, el poco apoyo que se tiene durante el proceso de trabajo en equipo y la falta de integración por miedo a cómo reaccionan los demás compañeros, respecto a esto se realizó un test de 10 preguntas abiertas, dando a conocer sus diferentes puntos de vista y como con estas respuesta se podría intervenir de manera óptima, generando cambios positivos por medio del deporte (fútbol sala).

<i>Figura 2</i> <i>Actividades recreo - deportivas.</i>
Espacios de inclusión, respeto y sana convivencia a través del deporte.
1. Analizar el centro de proyección y la población a trabajar
2. Comenzar a trabajar con el index y crear actividades recreo deportivas inclusivas
3. Revisar el proceso

En cuanto a la (figura 2) es importante resaltar el trabajo deportivo que se basó en fomentar los espacios de inclusión, respeto y sana convivencia. Gracias a las respuestas obtenidas se hizo un trabajo enfocado, participativo, recreativo y con igualdad. Se busca siempre obtener el interés de cada estudiante, llenar sus expectativas y mejorar su calidad de vida; lo más importante fue cambiar su manera de pensar y generar más oportunidades en el ámbito deportivo que a lo largo se verán reflejadas porque también se trabajó de manera óptima sus capacidades físicas y coordinativas.

Los logros obtenidos durante cada sesión de clase aplicada, fue incrementar la inclusión entre los mismos estudiantes, es decir que era más notorio el querer trabajar entre todos, se mejoró el trabajo en equipo frente a cada actividad que se realizaba, buscaban entre todos darle solución a los diferentes problemas, el respeto y la unión fueron valores claves para optimizar y agrupar las ideas de los alumnos, generando espacios amenos y de mayor aprendizaje.

Por último, al realizar las recopilaciones de las apreciaciones de los jóvenes respecto al programa deportivo, se puede resaltar el impacto y el cambio que se buscó desde el inicio, se logró un trabajo en equipo y una unión fundamental, una de las apreciaciones fue su manera de pensar y actuar que empezaron a vivenciar mientras cursan el programa, ya que este les permitió ser ellos mismos, aprender a escuchar, entender y respetar las opiniones de los demás, también fortaleció su lado creativo y de dar soluciones a los problemas que se les presentan durante las diferentes situaciones, y todo esto gracias a la práctica deportiva.

Conclusiones

Este programa permitió promover el bienestar, el aprovechamiento del tiempo libre, la mejora de los hábitos de vida saludable, el trabajo en equipo y la inclusión en los estudiantes del colegio Estanislao Zuleta. Por otro lado, gracias a la ayuda del test index se pudieron

encontrar los problemas de convivencia y participación de los estudiantes, y con ello se pudo hacer un plan de intervención y mejoramiento para optimizar su parte tanto social, como en el ámbito deportivo.

Se identificaron las problemáticas de los estudiantes de grado sexto, séptimo y octavo, las cuales fueron claves para realizar intervenciones en cada sesión de entrenamiento, logrando disminuir los factores negativos y mejorando su participación en las clases de Fútbol Sala. Se aprovechó el tiempo libre de cada estudiante, incentivando a la práctica deportiva y generando un espacio de ocio que les permitió explorar, crear, participar y descubrir, un espacio de inclusión que les permite ser y forjar su carácter y fortalecer sus valores para que puedan aportar de manera positiva a la sociedad y las personas que logran rodear su círculo social.

Respecto a los jóvenes, este programa de intervención basado en el diseño de prácticas recreo deportivas, enfocadas en el Fútbol Sala, les permitió mejorar sus capacidades físicas, su liderazgo, trabajar en equipo, fomentar la inclusión y respetar las opiniones de los demás, se logró el objetivo propuesto desde el inicio de la práctica social y se generó un cambio óptimo; por último, este proyecto le permite a la comunidad académica enriquecer sus evidencias científicas en torno a los comportamientos en la etapa escolar y como reevaluar sus metodologías para generar nuevos impactos en los estudiantes.

Aportes y agradecimientos

Se recomienda a la colegio Estanislao Zuleta seguir con la práctica recreo deportiva extraescolar, ya que se evidenció un disfrute por parte de cada estudiante, esto ayuda a mejorar su calidad de vida, les permite salir de la zona de confort y previene que los estudiantes en su tiempo libre tomen decisiones incorrectas, estar en una práctica deportiva les ayuda a despejar la mente, estar cómodos y favorece la comunicación con las personas que los rodean y los ayuda a aprender a convivir y tolerar las demás personas. Por otro lado,

se recomienda a la Universidad Santo Tomás - Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, seguir con el programa ya que es aclamado por los estudiantes y que les genera nuevas oportunidades; a nosotros como formadores nos forja como profesionales, nos ayuda a crecer como personas entendiendo las diferentes problemáticas que se presenta en los colegios respecto a la convivencia de los estudiantes y cómo por medio del deporte se pueden cambiar vidas.

Agradecimientos al colegio Estanislao Zuleta por permitir compartir los diferentes conocimientos obtenidos durante el transcurso en la Universidad y poder ayudar con el crecimiento y desarrollo de los estudiantes que hicieron parte del programa.

Referencias

Fernández Gavira, J. (2007). La inclusión social a través del deporte. Escuela Abierta: Revista de investigación educativa.

Forero Reina, S. (2021). La actividad física y las prácticas recreo deportivas como herramientas para fomentar el bienestar en los adultos mayores y jóvenes de Santo Domingo, Cazucá. *Universidad Santo Tomas*. Recuperado de:

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/42867/2021santiagoforero.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ortiz, J. N. L. (2022). La importancia de los espacios y escenarios deportivos para la práctica de la recreación y el deporte. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 2(2), 209-234.

Pérez Heredia, D. (2017). El deporte como medio para conseguir la inclusión social. *Revista digital*. Recuperado de: <https://revistadigital.inesem.es/educacion-sociedad/inclusion-social-deporte/>

Sandoval, M., Miquel, E., Giné Giné, C., Echeita Sarrionandia, G., López, M. L., & Durán, D. (2002). " Index for inclusion": una guía para la evaluación y mejora de la educación inclusiva. Contextos educativos: Revista de educación.

Anexos



Fuente: Elaboración propia